• Donnerstag, 6. Juni 2019 • 1,40 €

A € 1,55; CH 2,40 CHF; B € 1,70; DK 17,95 DKK; F € 1,90; E € 1,90; I.C. € 2,40; GR € 2,45; I € 1,90; KRO 15 KN; L € 1,70; NL € 1,80; PL 9,90 PLN; P (cont.) € 2,30; SK € 2,00; SLO € 2,20; H 730 Ft

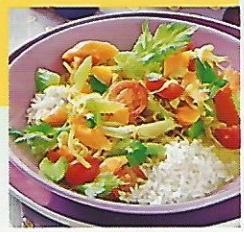
Bild der Frau

ie Nr. 1 bei Frauen

IM ALLTAG GETESTET

7 SCHLANK-GEHEIMNISSE AUS ALLER WELT

z. B. Pu-Erh-Tee statt Diät S. 46



Verschluckt, gestürzt, ohnmächtig?

Einfach Leben retten

5 x Erste Hilfe – von Profi Charlotte Karlinder genau erklärt S. 62

Jill & Ole fanden keine Wohnung

„... da haben wir uns ein Hausboot gebaut" S. 38

Psychologie für jeden Tag

„Ich bin meine Stress-Kilos los" S. 60

Wie Sabine (54) es mit ESS-YOGA zurück in Größe 38 schaffte

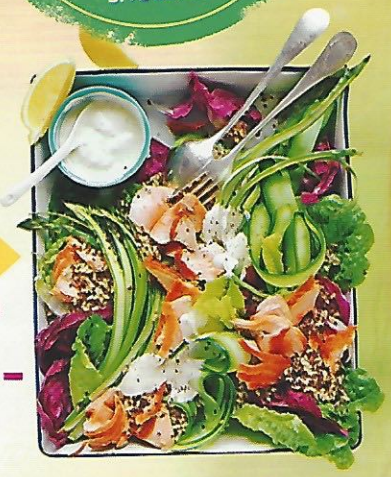
Garten-Glück

Neue Ideen für Hortensien + 18 Hochbeete zu gewinnen S. 72 und 27

. Anne Fleck:

o bleiben ormone Balance

ezepte für seren Schlaf d gute Laune S. 41



Traumjobs – d wie man e kriegt

Tiersitter nach Spanien, Hoteltester die Malediven ... ab S. 28

REBSTOD MIT 31

Mein erster Sommer ohne Mama"

(14) wächst jetzt bei Nachbarn auf S. 34

ENDLICH WIEDER

Kirschkuchen

Herrlich frisch mit Joghurt S. 54

Tiefpreisgarantie?

7 Fallen beim Möbelkauf

Kombi-Mode für den Urlaub

24 201407 00615

Panda-Pflegerin

Die Panda-Zwillinge „Fu Feng" und „Fu Ban" wurden 2016 im Wiener Tiergarten Schönbrunn geboren. In ihren ersten Tagen hat Panda-Mama „Yang Yang" die beiden liebevoll und selbstständig umsorgt, Tierpflegerin Renate Haider (40) durfte das aus nächster Nähe miterleben. „Unvergessliche Momente", schwärmt sie, „ich will keinen anderen Job machen, auch wenn er körperlich anstrengend ist." **Der Beruf des Tierpflegers ist ein Ausbildungsberuf. „Man muss schon Glück haben, dass im Zoo eine Stelle frei wird. Noch dazu in einem, in dem Pandas leben!"**

Wellnesshotel-Testerin

Andrea Labonte (41) aus München hat erst heute morgen die Aussicht auf die Dolomiten bestaunt. „Vom Whirlpool aus", erzählt sie strahlend. Gezahlt hat sie dafür nichts. Denn die frühere Marketing Managerin ist Wellnesshotel-Testerin für die Internetplattform www.wellness-heaven.de. Anfang des Jahres ging sie in Südafrika auf Safari, im März schnorchelte sie auf den Malediven mit Schildkröten. Klingt zu schön, um wahr zu sein? „Na ja, natürlich muss ich während meiner Aufenthalte auch alles genau unter die Lupe nehmen, es gibt insgesamt 500 Kriterien", erklärt Andrea Labonte. **Eine spezielle Ausbildung oder Umschulung musste sie nicht machen. „Man sollte gut schreiben können, analytisch denken und fließend Englisch sprechen."**

Liebesroman-Autorin

Vor vier Jahren hat Andrea Russo (50, Pseudonym: Anne Barns) ihren Job als Lehrerin aufgegeben. Seitdem schreibt sie hauptberuflich Liebesromane für den Verlag HarperCollins. „Ich kann mir die Welt schreiben, wie ich sie gern hätte", schwärmt sie. „Und immer gibt's ein Happy End." Bisher hat sie 15 Bücher geschrieben, ein Ende ist nicht in Sicht. **Wer es ihr nachtun will, brauche gute Ideen und Durchhaltevermögen. „In einem 400-Seiten-Buch steckt sehr viel Arbeit."**

Hunde-Hebamme

Nathalie Lièvre-Heese (50) aus Hamburg hat täglich mit Welpen zu tun – eine Happy-Garantie, oder? „Stimmt", sagt Nathalie. „Früher war ich Werbekauffrau und oft gestresst." Heute arbeitet sie in einer tierischen Naturheilpraxis als Hundehebamme. „Ich kümmere mich um die Hündinnen, bereite die Geburt vor und begleite die Welpen bei ihren ersten Schritten in die Welt." Schönster Moment? Als meine eigene Hündin „Fine" (7) fünf Welpen bekam. „Sie hat mir jeden davon in die Hand gelegt, damit ich prüfen kann, dass es allen gut geht", erzählt Nathalie gerührt. **Eine Ausbildung zur Hundehebamme gibt es nicht, aber Kurse in**

Fotos: Andreas Costanzo/BILD, Deutsche Postcode Lotterie/Marco Urban, Ritter SportPR, S. Russo, Privat, Wellness Heaven (2), Zoo Vienna

vomex.de

So kann es weitergehen.

Vomex A® Reis

Hilft bei Reiseübelkeit

Einnahme ohne Wasser

Vomex A® Reise 50 mg Sublingualtabletten: Wi
Dimenhydrinat. Anwendungsgebiet: Prävention u
handlung von Reisekrankheit (bei Erwachsen
Kindern über 12 Jahren). Stand: 04/19-1.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Pa
beilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Klinge Pharma GmbH, 83607 Holzkirchen, Deutsc

KL